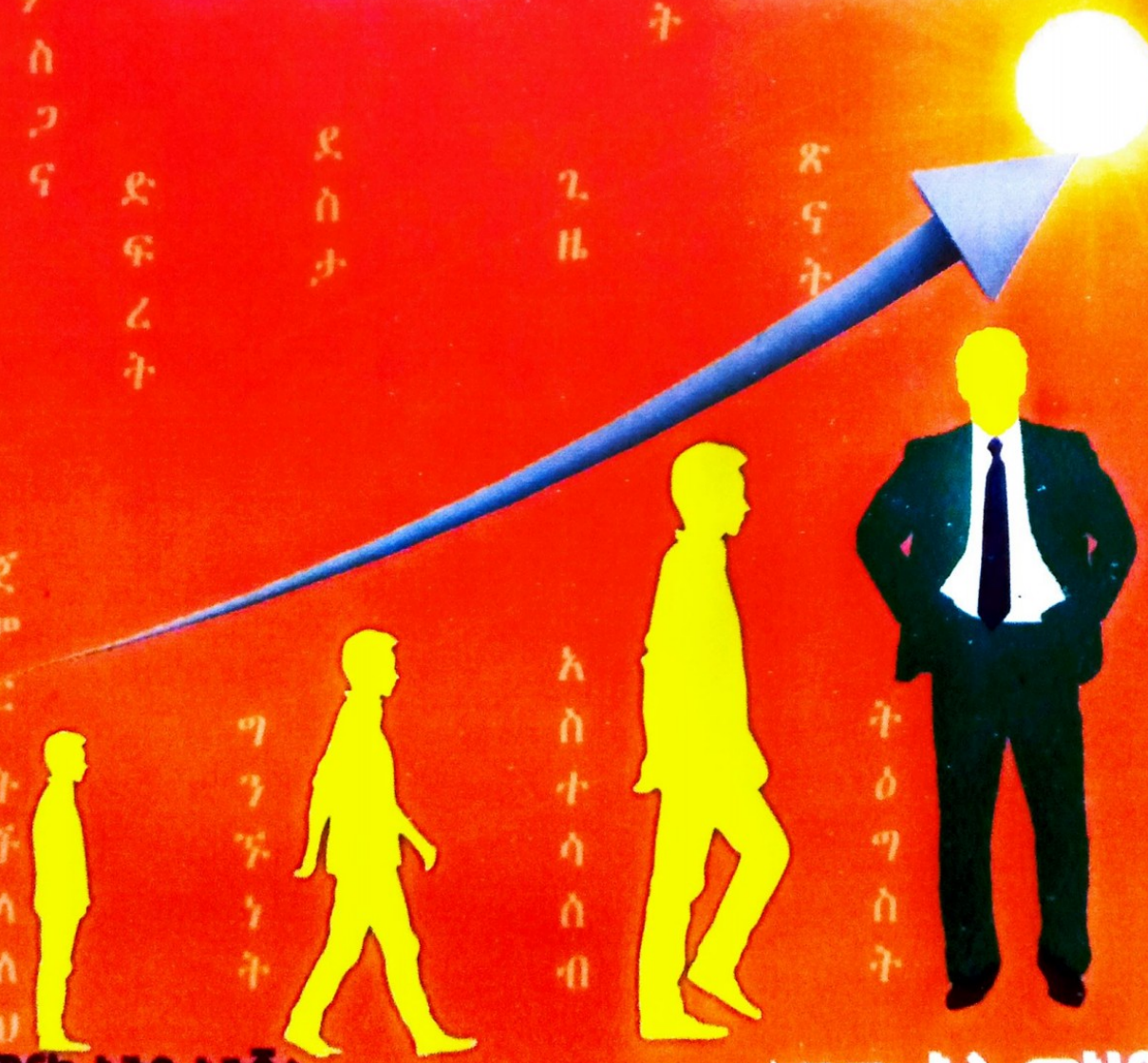
የኒውዮርክ ታይምስ ከፍተኛ ሽያጭ ያስመዘገቡና
ከ200 ሚለየን በላይ ተከታይ ያገኙ!!!

የስኬት አቦጋይ



ማርክ ኤንደ ኤንጀል
ትርጉም፡ አሊ መህዲ

የስኬት አቦጊዳ

ማርክ እና ኤንጅል
ትርጉም፡- አሊ መሀዲ

㊥ መብቱ በሕግ የተጠበቀ ነው።
© All Rights Reserved

© መብቱ ሙሉ በሙሉ የአሳታሚው ነው።

የመጀመሪያ ዕትም 2014 ዓ.ም

ቡክ ላንድ አሳታሚና አከፋፋይ፡-

+251 -922-74-02-02

+251 -930-03-33-09

እነሆ ስጦታ

ለ----------



ይህ የስኬት አቦጊዳ የተሰኘው መጽሐፍ መመለሺያ አልባ በሆነው የሕይወት መንገድ ላይ የስኬት አቦጊዳን እያስተማረ እንደ መልካም መካሪ ሆኖ እንዲመራህ/ሽ እና ስኬታማ እንዲያደርግህ/ግሽ በመመኘት ተበረከተ።



ገጽ

ማውጫ

ስለ ደራሲው 7

መግቢያ 8

ምዕራፍ ፩. ጸጸት 11

በ 10 ዓመታት ውስጥ ብዙ ሰዎች የሚገጥሟቸው አስር ጸጸቶች

ከዚህ ቀደም ከነበረብህ ጸጸት እንዴት መላቀቅ ትችላለህ፣ ራስህን ወደ መስመር ለመመለስ ማቆም ያለብህ አስር ነገሮች፣ ማንም ሰው ካረጀ በኋላ እንዲጸጽቱት የማይፈልጋቸው ዘጠኝ ነገሮች፣ በደንብ ከተኖረ ሕይወት የተገኙ አስር ጊዜ የማይሽራቸው ትምህርቶች፣ እንድታስብ የሚያደርጉህ ጥያቄዎች።

ምዕራፍ ፪. ጊዜ 31

ማቆም ያለብህ 25 ጊዜህን የምታባክንባቸው ነገሮች

ጠንካራ ሰው እንድትሆን የሚያደርጉህ ስለ ዛሬ ማወቅ ያለብህ አራት ከባድ እውነቶች፣ እንደገና ጊዜ ልታበጅላቸው የሚገቡ አስር ትንንሽ ነገሮች፣ ስለቀሩህ ትንሽ ውድ ጊዜያቶች ማወቅ ያለብህ አምስት "የራስ ማስታዎሻዎች"፣ በ40 ዓመታት ውስጥ ለአንተ ትልቅ ትርጉም የሚኖራቸው አራት ትንንሽ ነገሮች፣ ለከባድ ጊዜዎች የሚሆኑ አስር የማነቃቂያ ጥቅሶች እና ጉርሻዎች፣

ምዕራፍ ፫. አስተሳሰብ 71

የአስተሳሰብ መንገድህን የሚቀይሩ ዘጠኝ ጥሩ ማስታወሻዎች

ከአእምሮህ ማውጣት ያለብህ ዘጠኝ ሀሳቦች፣ በ20 ዓመታት ውስጥ ለአንተ ብዙም ትርጉም የማይኖራቸው ሃያ ሀሳቦች፣ የሚቀጥሉትን 20 ዓመታቶች የተሻለ ለማድረግ ከአፍታ ሀሳቦች በኋላ፣ እዎንታዊ አስተሳሰብ - አእምሮህን ተቆጣጠር!፣ ተስፋ ከመቁረጥህ በፊት ማሰብ ያለብህ ዘጠኝ ነገሮች፣

ምዕራፍ ፬. ስሜታዊ ብስለት 95

ስሜታቸው የተረጋጉ ሰዎች የማያደርጓቸው ስምንት ነገሮች

የመነቃቃት ስሜትህን ዳግም የምትሞላባቸው አስር መንገዶች፣

ልብህ ሲሰበር ማስታወስ ያሉብህ አስራ ስምንት ነገሮች፣
ስሜታችው ጠንካራ የሆኑ ሰዎች የማያደርጓቸው አስራ ስድስት
ነገሮች፣ የሚሰማህን ስሜት እንዴት መቀየር ትችላለህ (ሌሎች
ነገሮችን ሳትቀይር)፣

ምዕራፍ ፭. ጽናት 121

**ያለመበረታታት እና የሽንፈት ስሜት ሲሰማህ ልታስታውሳቸው
የሚገቡ ሰባት ነገሮች**

ቀንህን የሚቀይሩልህ አራት ጥያቄዎች፣ መስማት ያሉብህ አርባ
ከባድ ነገሮች፣ ከባድ ሁኔታዎችን (የእውነት ከባድ የሆኑ
ቀናቶችን) የምታልፍበች አንድ ምስጢር፣ ሕይወትህን ዳግም
እንዴት ማቅለል ትችላለህ።

ምዕራፍ ፮. ውጤታማነት 153

አንድ ነገር ላይ ብቻ አተኩሮ የመስራት ተዓምራዊው ሕይወት ቀያሪ ዘዴ

ሕይወትህን የማታወሳስብባቸው አስራ አንድ ቀላል መንገዶች፣
በራስ መተማመንህን የምትገነባባቸው ሰባት ያልተለመዱ
መንገዶች፣ ሕልምህን ከመከተልህ በፊት የምትሰማቸው አስር
ውሸቶች፣ አሸናፊዎች በተለየ መንገድ የሚያደርጓቸው አስር
ነገሮች፣ አሸናፊዎች በየእለቱ የሚመርጧቸው አስራ ሁለት
ምርጫዎች፣ አሸናፊዎች ለምን ያሸንፋሉ፣ ተሸናፊዎችስ ለምን
ይሸነፋሉ? ስለ ውጤታማነት እንድታስብ የሚያደርጉህ
ጥያቄዎች።

ምዕራፍ ፯. ጤና እና ራስን ማፍቀር..... 177

ጤናማ እና ደስተኛ ሰዎች ዘወትር ጠዋት የሚያደርጓቸው 7 ነገሮች

ለአእምሮ ጤናህ ስትል እነዚህን ስምንት ከባድ ነገሮች ከማድረግ
ወደ ኋላ አትበል፣ ከድብርት እና ከልብ ስብራቶች ለመውጣት
የሚጠቅሙህ ሰባት ትምህርቶች፣ ልትወስናቸው የምትችላቸው
አስራ ሰባት አደገኛ ውሳኔዎች፣ ዛሬውኑ ለራስህ መንገር ያሉብህ
አስር ነገሮች፣ እንድታስብ የሚያደርጉህ ራስን
የማፍቀር ጥያቄዎች፣

ምዕራፍ ፮. ግንኙነት 205

ሌሎች ሲበሳጩ አንተ ተረጋግተህ የምትቆይባቸው ዘጠኝ ሁነኛ መንገዶች

ሰዎችን ከአንተ የሚያርቁ ዘጠኝ አሉታዊ ሀሳቦች፣ ሰዎችን ከአንተ የሚያርቁ አስራ ሁለት መርዛማ ባህሪዎች፣ መርዛማ ባህሪ ያላቸው ሰዎችን የምትከላከልባቸው ሠባት ብልሃታዊ መንገዶች፣ በሌሎች ላይ ማድረግ ማቆም ያለብህ ሃያ ነገሮች፣ ስለ ስኬታማ የፍቅር ግንኙነቶች ማወቅ ያለብህ አስራ ሁለት ከባድ እውነቶች፣ እውነተኛ ጓደኞች በተለየ መንገድ የሚያደርጓቸው አስራ አምስት ነገሮች፣ እንድታስብ የሚያደርጉህ ግንኙነት ነክ ጥያቄዎች።

ምዕራፍ ፯. ደስታ 237

ደስተኛ የሚያደርጉህ አምስት ባህሪዎች

ባህሪ ለምን አስፈለገ? ፣ በህዘንህ ጊዜ ሰላም እና ጥንካሬን የምታገኝባቸው አምስት ማስታወሻዎች፣ መጥፎ ቀን ሲገጥምህ ልብ ልትላቸው የሚገቡ አራት ጥሩ ማስታወሻዎች፣ ደስታህን መጉዳት የምታቆምባቸው ስምንት መንገዶች፣ ደስተኛ ለመሆን መተው ያለብህ አስር ልማዶች፣ እንድታስብ የሚያደርጉህ ደስታ ነክ ጥያቄዎች፣

ምዕራፍ ፰. ገንዘብ እና ስኬት 265

ገንዘብ እና እኔ

የኤጅዋተር ቢች ሆቴል፣ ገንዘብ አስፈላጊ ነው፣ ገንዘብ አገልጋይ እንጂ ጌታ አይደለም፣ ገንዘብ መሰራጨት አለበት፣ የሚሊዮን ዶላር ሀሳቦችን የምንፈጥርባቸው ሃያ መንገዶች፣ ገንዘብህን የምታባክንባቸው አስራ አንድ ነገሮች፣ እነደ አቅምህ ለመኖር መከተል ያለብህ አስራ አንድ መንገዶች፣ ስኬታማ ለመሆን መተው ያለብህ አስር ነገሮች፣ ብዙውን ጊዜ የምንዘነጋቸው አስር የስኬት መርሆች፣

የመጨረሻ ማስታወሻ 290

ማጣቀሻ ምንጮች 291

• • • ስለ ደራሲዎቹ • • •

ልባዊ ጸሐፊዎች፣ የሰው ልጆች መንፈስ አድናቂዎች እና የሙሉ ጊዜ የሕይወት ተማሪዎች የሆኑት ማርክ እና ኤንጅል ቼርኖፍ አነቃቂ ምክሮችን እና ተግባራዊ ነጥቦችን እጅግ ታዋቂ በሆነው የግለሰባዊ እድገት ጦማራቸው **ማርክ ኤንድ ኤንጅል ሀክ ላይፍ** ብሎግ ላይ በመስጠት ይታወቃሉ። ይህ ብሎጋቸውም በፎርብስ መጽሔት "እጅግ ታዋቂ ከሆኑ የግለሰባዊ እድገት ብሎጎች መሀል አንዱ" እንደሆነ እውቅና ተሰጥቶታል። የስራቸው ዋና ዓላማ አንድ ቦታ ተቀርቅረሀ እንድትቀር የሚያደርጉህን ገዳቢ እምነቶችህን የምትለይባቸውን እና የምትለውጥባቸውን ትክክለኛ መሳሪያ ማቅረብ ነው። በአሁኑ ሰዓት ይህ ‹ሳይት› በውጤታማነት፣ በደስታ፣ በፍቅር፣ በስሜታዊ ብስለት፣ በግንኙነት፣ በአጠቃላይ ራስን በማሻሻል ዙሪያ ከ800 መቶ በላይ የሚሆኑ መጣጥፎችን (articles) የያዘ ሲሆን፣ ከተጀመረበት ከ2006 ጀምሮ ከ200 ሚሊዮን ጊዜ በላይ የገጽ ዕይታን አግኝቷል፤ በብሎጋቸው፣ በመጻሕፍቶቻቸው፣ በኮርሳቸው እና በሚሰጧቸው ስልጠናዎች ያለፉትን አስር ዓመታት ዘላቂ ደስታን፣ ስኬትን፣ ፍቅርን እና ሰላምን ስለሚያስገኙ የተረጋገጡ ስትራቴጂዎች (ስልቶች) በማስተማርና በመጻፍ አሳልፈዋል።

የኒውዮርክ ታይምስ ከፍተኛ ሽያጭ ያስመዘገቡ "Getting back to happy" እና "1000+ happy and successful people do differently" የሚል መጽሐፍ ደራሲዎችም ናቸው። እኛም ይህን መጽሐፍ የተረጎምነው ከላይ ከጠቀስናቸው ታዋቂ ብሎጋቸው እና መጽሐፋቸው ላይ ለሀገራችን አንባቢዎች የሚመጥኑትን በመምረጥ ነው። ማርክ እና ኤንጅል ሰዎች ሙሉ አቅማቸውን እንዲጠቀሙ በማስቻል ረገድ መነቃቃት እንደሚገባቸው የሚጋሩት የጋራ ህልም ያላቸው ሲሆን፣ ሰዎች በተሻለ እንዲነቃቁ ሲያደርጉ እነርሱም መልካም ስሜት እንደሚያድርባቸው ይናገራሉ። ጦማራቸውን የጀመሩት የሚችሉትን ያህል ሰዎችን ለማነቃቃት በማለም ነበር። ይህን ግባቸውን በሚያስተላልፏቸው ሀሳቦች እና መልዕክቶች ለማሳካትም በየእለቱ በከፍተኛ የፍቅር ስሜት ውስጥ ሆነው ስራቸውን በመስራት ላይ ይገኛሉ።

• • • መግቢያ • • •

በሚሊዮን የሚቆጠሩ ሰዎች ሁሉንም ነገር ማስተካከል እንደሚቻል ፈጽሞ መገንዘብ አቅቷቸው እድሜያቸውን ሙሉ አዙሪት የሆነ ተራ ኑሮን በመኖር ዘመናቸውን ይጨርሳሉ። ከእነዚህ ሰዎች መሀል አንዱ አትሁን። በሕይወትህ ላሉ ተራ ነገሮች እጅ ሰጥተህ አትቀመጥ። ሕይወትህን ለማስተካከል እና ለማሻሻል ድፈር! ለግለሰባዊ እድገትህ ቅድሚያ ለመስጠት ድፈር።

ገሃዱንም ብታይ ሁልጊዜም በሌሎች ሰዎች ዘንድ ቅድሚያ የምትሰጥ አይደለህም፤ ለዚያም ነው ለራስህ ከምንም ነገር በፊት ቀዳሚ መሆን ያለብህ። ራስህን ማክበር፣ ራስህን መንከባከብ እና የራስህ ደጋፊ መሆንን መማር አለብህ። ፍላጎቶችህ ትኩረት ማግኘት አለባቸው። ፍላጎቶችህን ማሟላት ጀምር! ሌሎች ይመርጡኛል ብለህ አትጠብቅ። ዛሬውኑ ራስህን ምረጥ! እውነቱን ነው፣ ሌሎች ሰዎች ጠቃሚ ወይም ዋጋ ያለው ሰው እንዲህ ያለ ነው በሚል የሚይዙትን ሀሳባዊ መስፈርት አሟልቶና ሆኖ ለመገኘት በሚል ራስን መሆን ከሚፈልጉት ነገር መግታት እና ማቀብ የአንተ ስራ አይደለም። አሁን ባለህበት ሁኔታ ውስጥ ሆነህ በሚያስደንቅ ደረጃ ጠቃሚ እና ብቁ ሰው ነህ። ሌሎች ሰዎች እንደዛ ብለው ስለሚያስቡ ሳይሆን፣ የምትወስደውን ቀጣይ እርምጃ ሙሉ በሙሉ ተቆጣጣሪው አንተ ስለሆንክ ነው።

ከዚህ የተለየ እየተሰማህ ከሆነ ወይም በቅርቡ ራስህን ወደኋላ እያስቀረህ መሆንህን ካወቅክ፣ እውነተኛው ጦርነት በአእምሮ ውስጥ የሚደረግ መሆኑን ልብ አድርግ። አእምሮህ ደግሞ በአንተ ቁጥጥር ውስጥ እንጂ ከዚህ በተቃራኒው አይደለም። በመከራ፣ በውጣ ውረድ፣ በሌሎች ዘንድ ቅቡልነትን በማጣት እና በውጥረት ተሰባብረህ ሊሆን ይችላል፤ ነገር ግን ተሰብረህ አልቀረህም። ስለዚህ አእምሮህም ሆነ ሌሎች ሰዎች ከዚህ በተቃራኒ የሆነውን ሊያሳምኑህ እንዲሞክሩ አትፍቀድላቸው።

ራስህን ፈውስ እና ነገሮች ሁልጊዜ በነበሩበት መንገድ እንዲቀጥሉ ባለመፍቀድ በሕይወትህ ውስጥ ካሉ የተለመዱ ተራ ነገሮች በላይ አሻቅበህ እደግ። ዛሬውኑ በሕይወትህ ውስጥ ብዙ አዎንታዊ ስፍራዎችን ለመያዝ ምረጥ። የራስህን ፍላጎቶች ለማሟላት ለራስህ ፍቃድ ለመስጠት ምረጥ። ስሜቶችህን ለማክበር ምረጥ። ለግል እንክብካቤህ እና ለግለሰባዊ እድገትህ ቅድሚያ መስጠት ምርጫህ ይሁን... ምንም አይነት ፈተና ቢገጥምህ በተሻለ መኖር እንድትችል ስለ ራስህ የተሻለ ለማሰብ ምርጫ አድርግ። በእርግጥ አንዳንድ ጊዜ ይህ የሚባለውን ያህል ተግባራዊ ለማድረግ ቀላል እንደማይሆን እናውቃለን።

አዎንታዊ ለውጦችን ለማምጣት የባለሙያዎችን መመሪያ ተግባራዊ ማድረግ ይጠይቃል። ይህም መጽሐፍ የተጻፈበት ዓላማ ቀስ አድርጎ በየደረጃው ይህን እንድታሳካ አንተን ለመርዳት ነው።

ለዚህ ትልቅ ጉዞ ዝግጁ ነህ? በሕይወት ውስጥ እውነተኛ ደስታን እና ስኬትን ለመቀናጀት የሚደረገው ጉዞ ቢማይጠበቁ እና ሀሴትን በሚያጭሩ ጠመዝማዛ መንገዶች፣ ወጣ ገባ ኩርባዎች እና አስፈላጊ ትምህርቶች የተሞላ ወጣ ያለ የጀብዱ ጉዞ ነው። አዎን በእርግጥም በአንድ ወቅት አጥተነው መኖር አንችልም ያልነውን ነገር ተቋቁመን አልፈን እንደምንፈልገው እንኳ ለአፍታ ወደ አእምሯችን መጥቶ ከማያውቅ ነገር ጋር በፍቅር ተወዳጅተን መኖር መቻላችን ጀብድ ነው። ጥሩው ዜና ለማሰብ እና ለመኖር አዋጭ የሆኑ ስኬታማ እና አስደሳች መንገዶች እንዳሉ ማወቃችን ነው። ቁልፉ ነገር አሁን የምታደርገው ነገር ትናንት ከተፈጠረው ነገር በላይ ትርጉም ያለው መሆኑ ነው። አሁን የምታደርገው ነገር ደግሞ የአንተ ምርጫ ነው። አዎን የአንተ ምርጫ ነው። ለማማረር፣ ለመውቀስ፣ በባለፈው ላይ ተቀርቅሮ ለመቅረት፣ እንደ ተበዳይ ለመኖር፣ ለመቆጣት እና ተስፋ ለመቁረጥ ከሆነ የመረጥከው እንግዳውስ የተለየ ምርጫ መምረጥ ያለብህ ጊዜው አሁን ነው።

ጉዞውን ለማመን እና የምትጠብቃቸውን ነገሮች ለመግራት ተቸግረህ በትግል ላይ ከሆንክ ብቻህን አለመሆንህን እወቅ። ብዙዎቻችን የያዝነውን

ለመልቀቅ፣ አሁን ያለንበት ቦታ ላይ ትኩረት ለማድረግ፣ ቅቡልነትን ለማግኘት እና አስተሳሰባችንን ወደ መስመር ለመመለስ በብርቱው እየጣርን አብረንህ ነን።

ጊዜ!

አንድ ቀን “ነገ” የሚባል ቀን አይኖርህም! ይህ መራርና ኮስተር ያለ ሀቅ መከበር አለበት። ከዛሬ ሃያ አመት በኋላ ይበልጥ የምትበሳጨው ባደረግካቸው ነገሮች ሳይሆን፣ ሳታደርጋቸው በቀረሃቸው ነገሮች ነው። ስለዚህ ከፊትህ የተጋረጡትን ሳንካዎች አንስተህ እንደትወረውራቸው... ከተረጋጋው ወደብ ተነስተህ እንደትቅዘፍ... የምሰራቂን ነፋስ በመርከብ ሸራህ እንደትቆጣጠረው... ጊዜ የተሰኘው የስኬት አቦጊዳ ምእራፍ ያስተምርሀል።

ሽሽት

ጸጸት ዛሬህን እየበላ ነገህን ለማኝ አድርጎ የሚያሰቀር አደገኛ ጅራፍ ነው። በትናንት ስህተት ዛሬ መገረፍ፣ ነገ ደግሞ ማልቀስ የለብህም። የስኬት አቦጊዳው ዛሬን ከጸጸት ወጥተህ እንዴት በስኬት እንደምትኖረው ያስተምርሀል። የቀሪው ሕይወትህ የመጀመሪያ ቀን ዛሬ ነው!

ሽንት

ጽናት! ይህ አሁን የገጠመህ ችግር ያልፋል። ይህ አሁን ያሸነፈህ ችግር ይሸነፋል። ይህ አሁን ያደከመህን ነገር ጽናት በሚባል ጋዝ ሲሊንደሮችህን ሞልተህ ለውጤታማነት የምታቀጣጥልበት የስኬት አቦጊዳ ነው!

እስተሳሰብ

ብዙውን ጊዜ የአስተሳሰብህ አሰረኛ በመሆንህ አስተሳሰብህን ካልቀየርክ በስተቀር በሕይወትህ ውስጥ ያለን ምንም ነገር መቀየር አትችልም። አስተሳሰብህ አልቀየር ብሎ አስቸግሮሀል? እነሆ የስኬት አቦጊዳ... አስተሳሰብ ምእራፍ ይረዳሀል- አስተሳሰብህን ስትቀይር ሕይወትህን ትቀይራለህ!

ገንዘብና ስኬት

የሚሊየን ብር ሀሳቦች የሚገኙት በእንቱ ውስጥ ነው። እንቱ ብዙ ሀሳቦችን በፈጠርክ ቁጥር የሚሊየን ብር ሀሳብ የመፍጠር እድልህ ይጨምራል። የሚያስፈልግህ ትንሽ ለወጥ ያለ ሀሳብ ማሰብ ወይም በተፈጠረው ሀሳብ ላይ ትንሽ ነገር መጨመር ነው። ይህ የስኬት አቦጊዳ መጽሐፍ እንዴ ተግባር ደግሞ ውስጥህ የተደበቁ የሚሊየን ብር ሀሳቦችን እንድታወጣ መርዳት ነው- ገንዘብና ስኬት!

ደስታ

የስኬት አቦጊዳ እንዴ መመሪያ ይህ ነው- “ደስታ ሊያደነው ያልቻለውን የትኛውም መድኃኒት ሊያደነው አይችልም።” ደስታህን የሚሰርቁ ነገሮችን ለይተህ መድኃኒቱን እንድታዝ ይህ መጽሐፍ ተዘጋጀ። በሕይወት ህመም ውስጥ ነህ? እነሆ መድኃኒቱ- ደስታ ምእራፍ!!!

በእያንዳንዱ የመጽሐፉ ገጾች አቦጊዳዎቹን ትማራለህ... ሕይወትህን ትቀይራለህ፣ ስኬትንም ያንተ ታደርጋለህ- በዚህ የስኬት አቦጊዳ መጽሐፍ!!!

ዋጋ 350.00 ብር
ዋጋ ሶስት መቶ ሃምሳ ብር

BOOK LAND ቡክላንድ
0922740202

EIDO ADVERT